



KOCHEN IM ZEICHEN
DES GUTEN GESCHMACKS

KORIANDER-LIMETTEN-GARNELEN-TACOS MIT MANGO-SALSA



HAUPTZUTAT
Meeresfrüchte

ZUBEREITUNGSZEIT
Unter 1 Stunde

PORTIONEN
4 (als Hauptgang)
8 (als Snacks)

ZUTATEN

- 750 g Garnelen, geschält, entdarmt und in mundgerechte Stücke geteilt
- 2 feingehackte Knoblauchzehen
- 1 TL geriebene Limettenschale
- ½ TL Chilipulver
- ½ TL gemahlener Kreuzkümmel
- ¼ TL Salz
- Schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
- ¼ TL geräucherter Paprika
- 1 EL frischer Oregano, fein gehackt
- Optional etwas Cayennepfeffer

Später hinzufügen:

- 1 EL Butter
- 1 EL Olivenöl
- 2 EL Limettensaft
- 2 EL frischer Koriander, fein gehackt

Für die Avocado-creme:

- 1 reife Avocado
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Mayonnaise
- 1 EL Limettensaft
- ½ TL Salz
- ¼ TL gemahlener Kreuzkümmel
- 150 g Schmand oder Sauerrahm

Sonstiges:

- 8 kleine Tortillas in Taco-Größe
- Öl
- Alter Cotija-Käse, Parmesanspäne oder Fetakäse
- Optional scharfe Soße
- Rotkohl, fein raspelt
- Mango Salsa, siehe Rezept

ZUBEREITUNG

- 1) Alle Garnelen-Zutaten (Ausnahme der Zutaten für "Später hinzufügen") in eine Schüssel geben und umrühren. 15 bis 30 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen. In der Zwischenzeit die Avocado-creme und die Mango-Salsa (s. nachfolgendes Rezept) zubereiten.
- 2) Für die Avocado-creme die Avocado halbieren und den Stein entfernen. Das Fruchtfleisch mit einem Löffel auslösen und in eine Schüssel füllen. Knoblauch pellen, fein hacken. Avocados, Knoblauch, Mayonnaise, Limettensaft und Salz mit einem Pürierstab pürieren oder mit einer Gabel zerdrücken. Schmand oder Sauerrahm unterrühren.
- 3) Eine große Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen, Butter und Olivenöl hinzufügen und Garnelen darin von jeder Seite wenige Minuten braten, bis sie noch zart aber durchgebraten sind.
- 4) Mit Limettensaft beträufeln und den Koriander darüber streuen.



KOCHEN IM ZEICHEN
DES GUTEN GESCHMACKS

- 5) Tortillas zum Erwärmen mit wenig Öl einpinseln und in einer Pfanne bei mittlerer Hitze auf jeder Seite eine halbe Minute erhitzen, anschließend über ein Wellholz legen und zu einem Taco formen. Tacos zum Befüllen am besten aneinanderreihen, sodass sie sich gegenseitig halten und nicht umfallen. Dann einen nach dem anderen mit den Koriander-Limetten-Garnelen, Mango-Salsa, geraspelttem Rotkohl und Käse befüllen. Die Avocado-creme gesondert dazu reichen.

Copyright Bild/Rezept © 2021 Le Creuset
www.lecreuset.com